



Santé
Canada

Health
Canada



Lutte efficace contre la punaise des lits



septembre 2006

Longtemps tenu pour exterminée, on assiste actuellement au retour de la punaise des lits dans les zones métropolitaines. À la grandeur du pays, elle se trouve partout dans les villes, dans les refuges pour sans-abri comme dans les hôtels cinq étoiles. Contrairement à la croyance populaire, la présence de punaises des lits n'indique pas un manque de propreté.

Pourquoi la punaise des lits est-elle apparue de nouveau?

stade adulte



Par le passé, l'emploi d'insecticides comme le DDT a permis de garder la population de punaises des lits sous contrôle grâce aux résidus de pesticide toujours efficaces après pulvérisation. De nos jours, à la suite d'une utilisation accrue de pièges à

appâts pour lutter contre les fourmis et les coquerelles au lieu de pulvérisations à large spectre, la punaise des lits n'est plus visée par les mesures d'élimination.

De plus, les gens voyagent plus que jamais auparavant tandis que les endroits très fréquentés, tels que les hôtels, permettent aux punaises des lits de voyager vers de nouveaux endroits par la voie des bagages ou des vêtements.

En quoi la punaise des lits est un problème?

Les punaises des lits sont de petites pestes qui dérangent les gens sans poser de risque important pour la santé. Comme pour le moustique, certaines personnes sont allergiques à leur morsure, qui cause une boursuflure, des cloques et, dans certains cas, une infection. Toutefois, la punaise des lits n'est pas un vecteur d'une quelconque maladie véhiculée par le sang.

La punaise des lits est essentiellement active la nuit et mord les gens dans leur sommeil. Puisqu'elle se nourrit lorsque sa victime est endormie, les morsures peuvent ne pas être immédiatement décelées.

Une espèce de punaises des lits parasite principalement les humains tandis que les autres espèces communes s'attaquent aux autres mammifères ou aux oiseaux.

La punaise des lits est déplacée vers les habitations pour y pénétrer ensuite par le biais de meubles ou d'articles de literie infestés. On l'amène également à l'intérieur par la voie des bagages ou des vêtements.

Identification de la punaise des lits

Le corps de la punaise des lits est large et plat; l'abdomen, de forme ovale, est terminée par une petite tête élargie. Brun et sans ailes, un adulte à jeûn mesure environ 6 à 10 mm de long. Après s'être nourri, il grossit légèrement et prend une teinte rouge-sang foncé. De même forme que l'adulte, la nymphe est plutôt jaune-blanc.

Une infestation de punaises des lits se constate souvent par la présence de cloques à la suite des morsures, de taches de sang sur les couvertures et de taches noires ou brunes sur le matelas, le sommier ou les murs.

Le cycle de vie de la punaise des lits

Oeufs

Les œufs de la punaise des lits sont blancs, mesurent 1 mm de long et sont recouverts d'une substance collante. Ils sont presque impossibles à voir sur la plupart des surfaces. La femelle pond environ 200 œufs au cours de sa vie, à un rythme de 3 à 4 œufs par jour et les dépose dans les crevasses et les fissures, derrière les boiseries ou tout autre emplacement bien dissimulé. Les œufs prennent entre 6 et 17 jours pour éclore.

Nymphes

Les nymphes nouvellement écloses se nourrissent le plus tôt possible. Une punaise des lits va subir 5 mues avant d'atteindre sa pleine maturité.

stade de la nymphe



Adultes

Les adultes vivent environ 10 mois, parfois un an ou plus. Dans une maison où l'environnement est propice à leur reproduction (leur température de reproduction idéale se situe entre 21 ° à 28 °C), les punaises des lits peuvent se reproduire tout au long de l'année.

La punaise des lits n'a pas d'ailes; elle ne peut pas voler ni sauter mais elle est capable de s'insinuer dans la maison par des endroits extrêmement petits parce que son corps est aplati.

La punaise des lits peut vivre plusieurs semaines et jusqu'à plusieurs mois sans se nourrir, selon la température. Elle peut être privée de nourriture de 80 à 140 jours et une punaise plus âgée peut jeûner davantage. Certains adultes ont même la réputation de survivre jusqu'à 550 jours (plus d'un an et demi) sans se nourrir.

Que pouvez-vous faire à la maison?

Comme les punaises des lits sont petites, elles se cachent dans une multitude d'endroits : sous le papier peint, derrière les cadres, dans les prises électriques, à l'intérieur des sommiers, dans les couvre-matelas, dans les tables de nuit... Il faut être très rigoureux de manière à traiter correctement les infestations de punaises des lits. Puisque cet organisme nuisible peut parcourir jusqu'à 30 m et être transporté sur les vêtements, sur d'autres objets domestiques ou dans les bagages, il peut être nécessaire de traiter les pièces rapprochées afin d'empêcher l'infestation de se propager.

punaises des lits dans un matelas



Si vous croyez faire face à une infestation de punaises des lits, vous pouvez choisir de la traiter vous-même ou de faire appel à un spécialiste de la lutte antiparasitaire. La plupart du temps, ces infestations exigent plus d'un traitement et nécessitent aussi des moyens physiques de lutte.

Passez attentivement l'aspirateur aux endroits infestés à l'aide d'une brosse. Veillez à jeter le sac de l'aspirateur immédiatement après le nettoyage.

Lors de l'inspection de votre lit, examinez les coutures, les capitons et les fissures du matelas, du sommier et du panneau de la tête du lit avec une grande attention. La punaise des lits préfère le bois et les étoffes plutôt que le métal ou le plastique. Les matelas et les sommiers doivent être nettoyés à la vapeur ou encore, recouverts d'un couvre-matelas à fermeture éclair vendu par les entreprises de produits contre les allergies, ou emballés et scellés dans un film de plastique. Lavez les couvre-

matelas et les couvertures à l'eau chaude, puis faites-les sécher à chaleur élevée. Il peut être nécessaire de retirer l'étoffe sous le sommier afin de vérifier si des punaises des lits se trouvent à l'intérieur.

La punaise des lits ne peut pas grimper facilement sur le métal ou les surfaces polies, encore moins voler ou sauter de sorte que le traitement des pattes de lit permettra de la tenir à distance. Enrobez les pattes avec du papier adhésif double face pour tapis ou de la Vaseline. Vous pouvez également placer les pattes du lit dans des pots de verre ou des boîtes de métal.



Le traitement d'un lit peut s'avérer tout un défi. Les trous ou les zones usées de l'étoffe peuvent permettre aux punaises des lits de pondre leurs œufs dans des endroits difficiles à atteindre. De plus, il y a des restrictions concernant l'utilisation d'insecticides sur les lits.

Examinez attentivement les tables de nuit, les panneaux placés au pied et à la tête des lits (en particulier ceux qui sont rembourrés), les commodes, les prises électriques et tout objet entreposé près ou sous le lit, les tapis ou les moquettes à proximité, les cadres, les plaques d'interrupteur, l'intérieur des cadrans, des téléphones, des télévisions et des détecteurs de fumée. En bref, vérifiez tout ce qui est dans la pièce où l'infestation a été découverte. Les chaises rembourrées et les sofas peuvent également cacher des punaises; il faudrait donc les aspirer avec soin et nettoyer toutes leurs composantes (coussins, housses, tablier, etc.).

Contrôler les sites de reproduction

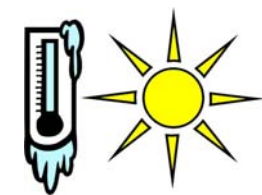
Vous devez tenter de diminuer tout désordre ou de le faire disparaître complètement. La punaise des lits se dissimule dans des endroits minuscules et tout objet laissé à la traîne lui fournit une occasion parfaite

pour s’y cacher et continuer de pondre. La literie et les vêtements touchés doivent être mis dans des sacs puis nettoyés au cycle le plus élevé, ou tout simplement jetés, puisque ce genre d’articles ne peut être traité avec des insecticides.

Les objets plus petits qu’on ne peut nettoyer peuvent parfois être traités par l’action de la chaleur (à des températures plus élevées que 50 °C) ou par congélation. On peut aussi les emballer dans des sacs de plastique et les placer à l’extérieur lors d’une chaude journée chaude ensoleillée ou l’hiver, lorsque les températures sont sous zéro. Toutefois, les températures de congélation doivent être maintenues sur une longue période de temps (c’est-à-dire 2 jours d’exposition au froid à 0 °C) afin de garantir la mort des punaises des lits.

La tactique d’augmenter ou de baisser la température dans toute la maison ou l’appartement ne permettra pas de tuer les punaises des lits.

Il peut être utile de passer l’aspirateur pour enlever les punaises et les œufs des tapis, des matelas, des murs et autres surfaces. Il est très important de porter une attention très spéciale aux coutures, aux capitons, aux bords des matelas et des sommiers, et à l’extrémité extérieure des tapis mur-à-mur. Le nettoyage des tapis à la vapeur peut aussi détruire les punaises et les œufs délaissés par l’aspirateur.



Bien que la punaise des lits préfère se nourrir sur l’humain, elle peut s’attaquer à d’autres mammifères et oiseaux. Certaines espèces de punaises des lits sont des parasites de chauves-souris ou d’oiseaux mais elles infligeront leur morsure à des personnes si les hôtes sauvages ne sont plus accessibles. En admettant que la punaise des lits retrouvée sur des chauve-souris ou des oiseaux est à l’origine du problème, il faut traiter les perchoirs et les nids et exclure ces animaux du bâtiment.

De plus, soyez vigilant avant d’introduire des meubles de seconde main, des matelas, de la literie et des lits usagés à l’intérieur. À tout le moins, veillez à inspecter minutieusement ces articles avant de les amener dans votre maison, de façon à protéger votre famille.

Méthodes de lutte chimique

En général, les produits à usage domestique utilisés par les propriétaires pour combattre la punaise des lits contiennent la matière active pyréthrine ou **de la terre de diatomées**. Lisez bien l’étiquette et soyez certain que le produit acheté est bel et bien homologué pour lutter contre votre problème d’infestation. Prenez garde lorsque vous appliquerez les pesticides car plusieurs d’entre eux ne sont pas destinés à être employés sur certaines étoffes, papiers peints, essences de bois ou autres surfaces en raison de leur pouvoir de coloration ou de leur potentiel de contamination.

Il existe également plusieurs produits à usage commercial offerts aux spécialistes de la lutte antiparasitaire. Ces produits incluent, par exemple, des pulvérisateurs à faible odeur, des poudres ou des aérosols; le spécialiste de la lutte antiparasitaire choisira le meilleur produit selon votre situation.

Il importe de noter que le traitement des infestations de punaises des lits peut représenter tout un défi et que des applications répétées peuvent être nécessaires. Assurez-vous toujours de suivre le mode d’emploi de l’étiquette du pesticide utilisé afin de réduire au minimum l’exposition et d’accroître le plus possible l’efficacité du produit. Entre les traitements, ayez recours à des techniques de lutte intégrée de façon à contrôler les conditions favorables à l’infestation observée ou d’en prévenir une autre, et ce, sans produit chimique. Ces techniques se trouvent à la section Contrôler les sites de reproduction du présent feuillet de renseignements.



La punaise des lits se dissimule dans des endroits minuscules et tout objet laissé à la traîne lui fournit une occasion parfaite pour s’y cacher et continuer de pondre.

Avec la permission de :

punaises des lits dans un matelas - autres photos - M. Potter, University of Kentucky, Department of Entomology
T.G. Myles

N’oubliez pas



Avant d’acheter un pesticide

- Identifiez l’organisme nuisible
- Utilisez d’abord des mesures de lutte physique et des moyens autres que les pesticides.
- Lisez le mode d’emploi et les mises en garde qui figurent sur l’étiquette du produit avant de l’acheter. L’étiquette doit comporter le nom de l’organisme nuisible à combattre et l’endroit où le produit peut être utilisé, p. ex., à l’intérieur, à l’extérieur, dans le jardin, sur les animaux.
- N’achetez que la quantité de produit requise pour le traitement.
- Vous pouvez toujours choisir de faire appel aux services d’un professionnel au lieu d’appliquer le traitement vous-même.

Lors de l’utilisation d’un pesticide

- Lisez attentivement le mode d’emploi et les mises en garde qui figurent sur l’étiquette.
- Ne fumez pas et ne consommez pas de boissons ou de nourriture pendant l’application d’un pesticide.
- Faites sortir les personnes et les animaux familiers des lieux ou éloignez-les pendant le traitement. Couvrez ou enlevez les aquariums.
- Couvrez ou enlevez les aliments, les ustensiles et la vaisselle si le traitement se fait dans la cuisine.

Après avoir utilisé un pesticide

- Lavez-vous toujours les mains soigneusement.
- Ne laissez pas les personnes ou les animaux familiers entrer en contact avec les surfaces traitées avant qu’elles ne soient complètement sèches.
- Ventilez bien les lieux traités.
- Nettoyez toutes les surfaces ayant un contact direct avec les aliments, comme le dessus des comptoirs de cuisine, des tables et des cuisinières, tant à l’intérieur qu’à l’extérieur.

- Gardez toujours les pesticides hors de la portée des enfants et des animaux familiers et loin des aliments et des boissons.

En cas d’empoisonnement

- Communiquez immédiatement avec un centre antipoison et consultez un médecin.
- Apportez le contenant ou l’étiquette du produit à la clinique d’urgence ou chez le médecin.
- Suivez les directives de premiers soins qui figurent sur l’étiquette.
- En cas d’empoisonnement d’un animal familier, consultez un vétérinaire immédiatement.



Élimination

Ne réutilisez pas les contenants de pesticides. Enveloppez-les et jetez-les avec les ordures ménagères.

Les pesticides non utilisés ou les restes de pesticides doivent être jetés dans un site provincial ou municipal de collecte des déchets ménagers dangereux.

Soyez pratiques

- Les précautions énumérées ci-dessus sont d’ordre général.
- Lisez toujours l’étiquette pour plus de précisions.
- En cas de doute, consultez un expert.

Agence de réglementation de la lutte antiparasitaire
2720, promenade Riverside
Ottawa ON K1A 0K9

Service de renseignements sur la lutte antiparasitaire
Téléphone : 1-800-267-6315
De l’extérieur du Canada : 613-736-3799*
***Frais d’interurbain**
Télec. : 613-736-3798
Internet : www.pmla-arla.gc.ca

ISBN : 0-662-72494-1 (0-662-72495-X)
Numéro de catalogue : H113-1/35-2006F (H113-1/35-2006F-PDF)